

交換留学帰国報告書

記入 | 2024 年 9 月
所属 & 学年 | 環境学研究科 修士 2 年
卒業予定 | 2026 年 3 月

留学先大学	ボローニャ大学
留学先国	イタリア
留学期間	約 11 ヶ月 (2 年次に留学)
留学開始 - 終了	2023 年 9 月 16 日 - 2024 年 7 月 25 日

A. 留学に至った経緯や留学準備について

① 留学する大学や国、プログラムを決めた理由を教えてください。

歴史的建築物の再生手法について海外で学びを深めたいと考えたため。イタリアは景観の保存に対する意識が高く、景観財という制度により、自然美の特性や歴史的記憶から顕著な特徴を有するものを国が守るべき財産として認定しており、都市開発でも、街全体の景観を保護しながら開発が進められており、それらについてより深く学びたいと考えたため。

また、イタリアのボローニャ大学では、座学だけではなくワークショップや設計演習が充実しており、イタリア人の学生だけでなく全世界からやってくる学生と共に作業することで、イタリアにおける建築に対する考え方や保存の手法だけでなく、多種多様な価値観に触れることができると考えていたため。

② 留学を志したきっかけや経緯、動機などについて教えてください。

前述の通り、歴史的建築物の再生手法について海外で学びを深めたいと考えたため。また修士 1 年生の夏休みにインターンへ参加する中で、自らのキャリアビジョンを見つめ直し、「歴史的建築物の再生」について先行しているイタリアで、保存に対して重要な職種が何かを見極めて将来のキャリアビジョンを決定したいと考えていたため。

③ 留学前の海外渡航経験があれば教えてください。

渡航先	渡航時の学年	目的 & 期間など
フランス・ベルギー	学部 1 年	欧州現代事情 I への参加 (2-3 週間)
韓国	中学 3 年生	学校主催の国際交流プログラムへの参加 (1 週間)

④ 実際に留学準備を始めたのは応募した時期からどのぐらい前でしたか？

夏の IELTS 対策講座を受講すると同時に、渡航先の検討を始めた。

⑤ 海外留学室での相談内容、参考になったことなどを教えてください。

渡航先の検討・英語学習について

B. 留学前の語学対策や単位などについて

- ①留学前の語学対策、TOEFL などの受験回数などについて教えてください。

IELTS 対策講座（夏だけでなく冬も受講、IELTS の点数不足により）
IELTS は 4 回受験。TOEIC を大学院受験のために 2 回受験

- ②単位取得、単位互換、教職履修などに関するアドバイスをお願いします。

渡航前に研究活動以外の卒業単位を全て履修していたため、渡航中に単位の心配をする必要がなく、学びたい内容だけを集中して履修することができた。

C. 授業や勉強について

- ①留学先で履修した科目と科目コード（例：MKG 2022 Introduction to Marketing）、時間数、形態、授業の内容、履修方法、などについて教えてください。

95851 AESTHETICS FOR THE CITY AND LANDSCAPE I (3 Credit)
95854 AESTHETICS FOR THE CITY AND LANDSCAPE II (3 Credit)
93725 ARCHITECTURAL DESIGN II (6 Credit)
93719 BUILDING RESTORATION (6 Credit)
93710 CONSTRUCTION HISTORY (4 Credit)
95853 ENVIRONMENTAL RESPONSIVE BUILDING TECHNOLOGIES (6 Credit)
93709 HERITAGE CONSERVATION (4 Credit)

大学院の授業はそれぞれの講義の時間が長く、全日（9:00～18:00）のものや半日（14:00～19:00）である。また講義は対面形式であり、座学であっても教師との対話が重要となるものが多く、一方通行にならないので理解がより深まる。

- ②授業を受けるにあたって心掛けていたこと、努力や工夫を教えてください。

最初は英語について行けず講義中に全ての内容を理解することは難しいので、講義後に録音を聞き直したり、教師に内容を確認したり、学生同士で相談しあったりすることで内容を理解していった。また中盤になると講義の内容の理解はできるようになるので、レポートや設計課題などに力を注ぎ、発言できるようにしていた。

- ③学習面で困ったことはありましたか。どのように解決しましたか。

英語面での問題については、復習を繰り返すことで耳を慣らしていった。
学習内容については、分からない部分については躊躇せずに質問していった。

D. 大学生活について教えてください。

- ①現地の雰囲気や大学の校風について教えてください。

学生が多いので活気がある。また留学生も多いのでイタリア以外の文化も学べる。
ただ留学生の数が多すぎるため、大学事務の対応が追いついておらず、不安になることも多い。また、コロナ禍を経て学生向けの住居の数が足りておらず、家賃がかなり上がっている。噂によるとヨーロッパで 5 番目に高いエリアだとも言われている。後述するが、私は住宅トラブルで苦労したので、その点には気をつけるべきである。

- ②ネット環境、施設、周辺環境などハード面について教えてください。

大学の教室は街中に分散している。また周知はされていないものの、夜中まで利用できる自習室もある。図書館などはあるものの図書はイタリア語で自習室も限られている。

③留学先でどのようにして現地の学生と交流を深めましたか。

講義ではグループワーク形式が多いため、グループのメンバーをメインに交流を深めていった。また、授業時間外でも旅行や飲み会の機会は多く、その際に他の友人も連れてくる人が多いので、その際に交流の輪を広げた。また、ヨーロッパ各地で留学やインターンをしている日本人建築学生同士の交流する機会もあり、積極的に参加することで国内外両方の友人を増やすことができた。

④余暇の過ごし方（授業後や長期休暇など）について教えてください。

授業は 18 時と少し遅い時間に終わるので、基本的には自宅へ戻って夕食を食べていた。（稀にクラスメイトと夕食に行くこともあり）クラスメイトと飲みに行く際も、節約のため夕食を家で食べてから 21 時頃にバーで集合することが多い。
長期休暇や週末は、旅行に行くことが多い。ヨーロッパの各国を回るだけでなく、イタリアの小さな街にも行くことで、個性豊かなイタリアの街を楽しむことができた。

E. 健康管理、保険、予防接種など

①健康管理あるいは衛生面について注意していたことはありますか。

健康管理のために睡眠時間の確保に注意した。また、食べ物だけでは補い切れない栄養素については、サプリメントで補給していった。

②留学中に病院へ通った経験の有無、医療費などについて教えてください。

通院はしなかったが、風邪薬などは薬局で購入して服薬していた。

③留学するにあたって、予防接種は必要でしたか。

はい（種類：）

いいえ

F. 住居、食事、マナーなどについて

①留学中の滞在先について教えてください。

形態	<input type="checkbox"/> 寮 <input checked="" type="checkbox"/> 下宿 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> ホームステイ <input checked="" type="checkbox"/> その他（フラット）
何人部屋	1 軒目:4 人暮らし 2 軒目:3 人暮らし 共に部屋はシングルルーム

②生活（住居、食生活、服装など）や習慣の違い（マナー、対人関係）、安全面などについて、困ったこと、気をつけていたことがあれば教えてください。

① 渡航前の住宅確保について

ポローニャ大学からの返信がなく、交換留学に関する手続きが滞り、住宅の確保に大変苦労しました。大学公式の Sais サイトでは住宅不足により家賃が 1000 ユーロ以上の物件しか見つからず、Housing Anywhere で探しましたが、10 件近く問い合わせたのは 2 件のみでした。日本からの住宅確保は困難なので、大学手続きを早めに終わらせ、迅速に住居を確保することをお勧めします。また 2 軒目の家は Sais を利用して良い家を見つけることができました。その際に Sais へ個別に連絡を取っていたことで家探しを手伝ってもらえたので、どうしても困った際には直接連絡してみることが重要である。

② 渡航後の滞在許可書（Resident Permit）について

イタリアでは渡航後 10 日以内に郵便局で滞在許可書の申請が必要です。ポローニャ大学では Check-in 後に手続きをサポートする機関の予約ができるため、早めの Check-in をお

勧めします（ただし、1日300件ほどしか受け付けられないため毎日挑戦が必要）。申請には保険や銀行残高の書類が必要なため、ビザ申請時に提出した書類のコピーを数部用意しておくとう便利です。

③ 違法住宅について

私が最初に契約した住宅は、困窮世帯向けの安価な住宅を又貸しされた違法住宅でした。そのため、滞在許可書の申請に必要な契約書（Contrast）を家主が提供せず、申請が遅れてしまいました。ポーランドではこのようなケースが多いため、家主に Contrast を提供してもらえるか事前に確認することが重要です。特に Facebook を通じて家を探す場合、このような違法住宅に当たりやすいので注意が必要です。（滞在許可書が必要なのは非 EU 市民だけなので Contrast を出さないから一概に違法な住宅とは限らないので注意）

④ 警察官来訪

11月中旬、10人の警察官と警察犬が家を訪れ、家主の又貸しが発覚。これにより家主は4000ユーロの罰金を科され、契約の途中で解約を通告されました。また、隣の住人が電気とガスを盗んでいたことも発覚し、新たな家探しを余儀なくされました。ただ警察官から住んでいる私たち学生には非がないことを強調されました。

⑤ デポジットと追加の光熱費

毎月650ユーロの家賃と90ユーロの光熱費を支払っていましたが、家主は罰金の影響で追加の150ユーロを請求してきました。脅迫めいたメッセージに精神的な負担を感じたので、手切れ金のような形で支払いました。ですが、デポジットは半年後も返っておらず、法的手段も難しい状況です。（2000ユーロ以上）

⑥ 滞在許可書の申請と大学のサポートデスク

二軒目の家で正式な Contrast を手に入れた後、滞在許可書の申請を行いました。大学のサポートデスクから「なぜまだ出していないのか」と注意を受けました。しかし、トラブルの際に大学のデスクから紹介されていた Sais に相談するよう指示されており、その対応をしていたため、講義を続け最終的には無事申請できました。ただ最後まで滞在許可書は受けられなかったです。

まとめとしては、早めの手続き、迅速な対応、そして報告・連絡・相談（報連相）が重要であると感じました。

③日本から持参するとよいもの、または持参しなくてもよかったと思うものは何でしょうか。

日本食はアジアマーケットにあるので基本的には必要ありません。ただふりかけはパスタに振りかけるだけで簡単なご飯ができるので持っていくべきだと思います。また塩昆布などの個人的に日本を感じる食べ物を持っていくことで、私は精神的に参った時に助けられました。（マイナーな食材だけで大丈夫です）

④参考となる留学先国の情報（出版物、web サイト）を教えてください。

<https://www.saisaccommodation.it/en/>

G. 留学費用について

①留学費用や支出の管理などに関してアドバイスがあれば教えてください。

円安の影響を大きく受けるので、少し多めに用意しておくことが重要です。またエミレーツ航空を利用する場合は、大学から紹介される代理店経由ではなく、個人でチ

ケットを購入することをお勧めします。学生料金を利用することで 10%割引と預け荷物 10kg の追加を行うことができます。

②奨学金は受給していましたか。

はい (奨学金名: JASSO 奨学金 支給額: 月 80,000 円)

いいえ

H.今後の進路や目標、就職活動について

①卒業後の進路(進学、就職、その他)について教えてください。

進学

就職

その他 ()

②今後の進路や目標があれば教えてください。また留学の前後で、進路や目標に対しての考え方や気持ちの変化があれば教えてください。

今後は1年間の休学を経て、希望している都市開発職への就職を目指しています。留学前には悩んでいた将来のビジョンが海外での経験によりかなり明確になったので大変有意義な経験であったと思います。また、留学により就職が遅れてしまいましたが、帰国前に将来の進路を確定させなかったことで、素直に将来のキャリアを考えることができたのでよかったです。

③留学中に就職活動を行った方は、具体的なエントリー、一時帰国の時期、感想などを教えてください。海外留学生用の就職活動を受けた場合はそれに関する情報もお願いします。

帰国後に行いました。渡航中は帰国前にメールやオンラインでOB訪問を数件行いました。

I.留学を終えて感じること

①留学を終えて今の率直な気持ちや感想、印象に残っていることなど教えてください。

イタリアへの留学によりイタリアを含めたヨーロッパの建築や都市に対する考え方を学ぶことができたのは事実であるが、最も有意義なのは日本を1年近く離れることで、日本の社会に対して客観的に理解することができました。これにより、これまで見えていなかった日本の良いところ悪いところを理解することができたのが、最も大きい収穫であると思います。

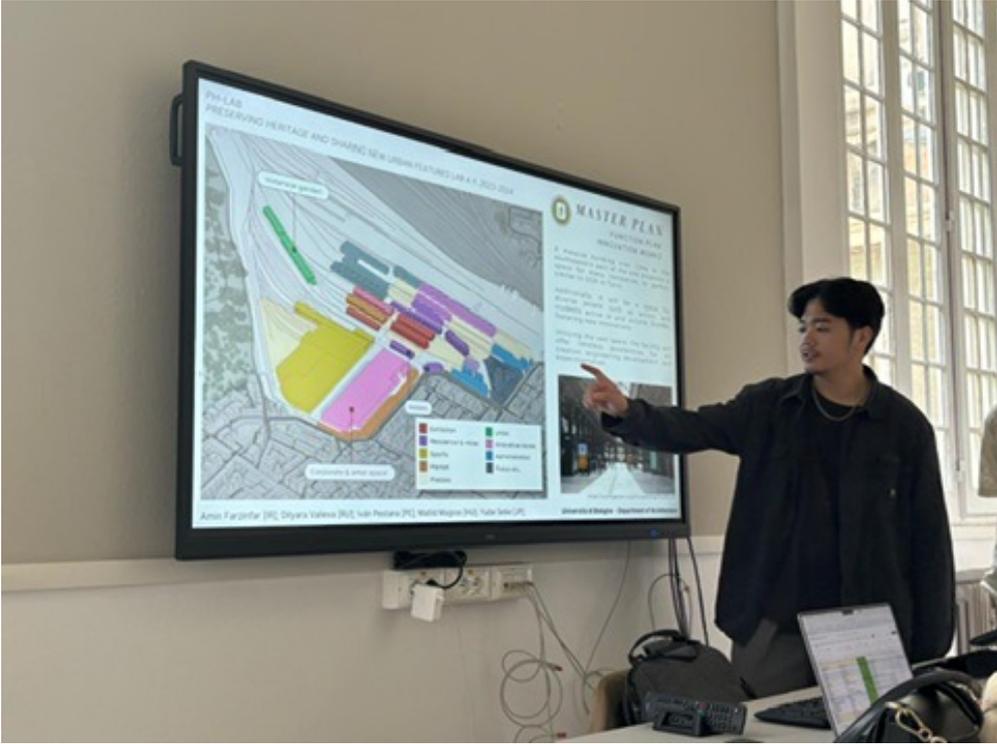
②留学したことで、何がどのように変わったと思いますか。

前述の通り、日本を客観的に理解することができたのが大きな変化です。また、海外という、逃げられない、言葉も満足に通じないという環境でのトラブルは、結果的に私のトラブル対応力やストレス耐性を向上させてくれたでしょう。

③現在、留学を考えている学生へのメッセージをお願いします。

悩んでいるのであれば行動するべきだと思います。結局、このような体験談を聞いたところで実際に留学した人たちの心情の変化や体験というのは経験できません。もちろん苦労することも多いですが、その分得られるものも多いのでぜひチャレンジしてください。

◆自由記述欄◆



DUMBO RENEWAL PROJECT STUDENT HOUSING

Bird Eye View

Function Plan

Transport Plan

Environment plan

Site Plan

以上